

Серная пробка представляет собой накопление серы в ухе, не вышедшей естественным образом. Если серы скопится большое количество, то она может полностью закрыть слуховой проход. Серная пробка, несомненно, снижает качество жизни, а также может вызвать серьезные недомогания. Поэтому просто забросить данную проблему нельзя.



В идеале лучше предотвращать появление пробок в ушах. Однако, если пробки уже сформировались, то нужно подумать о том, как грамотно избавиться от них. Наилучшим вариантом по удалению серных пробок является прием у лор-врача. При твердой уверенности, что дискомфорт у вас вызывает именно пробка в ушах, можно использовать препарат [remo wax](#). Но, для избавления от серной пробки самостоятельно, нужно придерживаться определенной последовательности.

Для начала требуется размягчить плотный комок серы. Возьмите пипетку, тампон ваты, а также размягчающее средство. В качестве последнего подойдет глицерин, перекись водорода 3-х процентная, растительное масло. Разогреваете в руках выбранный размягчитель, а затем закапываете в ухо четыре-пять капель. Ухо с пробкой должно быть вверху при наклоне головы. Чтобы нормально провести закапывание, нужно оттянуть ушную раковину несколько вверх и назад. Затем в ушной проход вставляется ватный тампон. Закапывание лучше производить перед сном.

Серную пробку обычно предварительно промывают. Для этого используется шприца и двадцать миллилитров 3-х процентной перекиси водорода. Это делается уже наутро.

Промывка проводится при положении уха вверх. Заполняйте проход перекисью постепенно, пока она не выльется через край ушной раковины. Затем полежите на боку примерно пятнадцать – двадцать минут. Для окончательного удаления серной пробки потребуется струя теплой воды (можно использовать душевой шланг без распылителя). Струю теплой воды постепенно подносите к уху до тех пор, пока не коснетесь его.

Для полного удаления всех серных пробок иногда может потребоваться несколько раз проделать вышеописанные действия. Если облегчения не будет и после этого, то пора обратиться к специалистам лор.